VISIT…

УДК 641.55 (083)
ББК 36.992
М11

Мясо и птица.– Челябинск: Аркаим, 2004.– 64 с.: ил.– (серия «Шаг
М11 за шагом»).

ISBN 5-8029-0766-5

В этой книге вы найдете рецепты популярных блюд с мясом и птицей. Основные этапы их приготовления проиллюстрированы фотографиями пошаговой съемки.

УДК 641.55 (083)
ББК 36.992

Издание для досуга
МЯСО И ПТИЦА

Ответственный редактор Э. Г. Гончарова
Научный редактор И. Г. Ройтенберг
Дизайн – В. А. Кугаевский
Художественный редактор Я. А. Сергатова
Технический редактор Т. В. Анохина
Корректор З. Ф. Новикова

Приготовление блюд – В. В. Скоробаев
Фотограф К. А. Шевчик
Стилист Е. Б. Брюхина

Подписано в печать 05.07.04. Формат 60x90/16
Гарнитура FreeSet. Печать офсетная. Усл. печ. л. 4,0

Издательство «Аркаим», издательство «Урал Л.Т.Д.»
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
Отпечатано в Китае

По вопросам приобретения литературы обращаться:
Челябинск, издательство «Аркаим», издательство «Урал Л.Т.Д.»
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
тел.: (3512) 65-87-01 (отдел реализации)
тел/факс: 65-87-00, 65-86-97
E-mail: sales@ural-ltd.ru

Москва, представительство издательства «Аркаим»,
издательства «Урал Л.Т.Д.»
107023, г. Москва, ул. Малая Семеновская, 11а, стр. 4
тел.: (095) 964-14-57, 964-14-80 (факс)
E-mail: ural-ltd@mtu-net.ru

ISBN 5-8029-0766-5

© Издательство «Аркаим», 2004
© Издательство «Урал Л.Т.Д.», 2004

ОТ ИЗДАТЕЛЯ

Современная кулинария способна поразить воображение сказочным разнообразием блюд из мяса и птицы – супы, холодные и горячие закуски, салаты, горячие блюда, как традиционно славянские, так и заимствованные из других кухонь мира, но нашедшие в современной России верных почитателей.

Мы решили облегчить задачу для российской хозяйки, задумавшей порадовать близких очередным кулинарным шедевром. В книгу вошли наиболее популярные рецепты блюд из мяса и птицы, которые украсят стол и доставят удовольствие своим совершенным вкусом как в будни, так и в праздники.

Все рецепты проверены в кулинарной лаборатории, что исключает возможность ошибки при создании незнакомых блюд. Каждый рецепт сопровождается иллюстрацией не только готового блюда, но и фотографиями основных этапов приготовления – ведь это же серия «Шаг за шагом»!

Приятного аппетита!

РУЛЕТИКИ «АССОРТИ» ИЗ ПТИЦЫ

1

2

5

на 3 порции

- **окорочка куриные крупные 3 шт.**
- **чернослив без косточек 100 г**
- **грудинка копченая 100 г**
- **яйцо 1 шт.**
- **аджика 1 ч. ложка**
- **чеснок рубленый 1 ч. ложка**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Обработанные окорочка, удалив из них косточки, хорошо отбейте.
2. Один окорочок с одной стороны обильно смажьте смесью аджики и чеснока, сверните рулетом.
3. Второй окорочок посолите, поперчите и, разложив на нем разрезанный пополам чернослив, плотно сверните рулетом.
4. Третий окорочок посолите, поперчите, уложите на него ломтики грудинки и также плотно сверните рулетом.
5. Пищевую фольгу смажьте маслом, каждый окорочок плотно оберните фольгой, закрутите ее края и запекайте окорочка в духовке до готовности.
6. Рулетики охладите и, сняв фольгу, нарежьте ломтиками.
7. На тарелки положите по 2–3 ломтика каждого рулета, гарнируйте нарезанными помидорами и огурцами, оформите зеленью.

КУРИЦА ЖАРЕНАЯ

1

1а

2

3

на 4 порции

- **курица 1 шт.**
- **чеснок 3 зубчика**
- **майонез 150 г**
- **аджика 2 ч. ложки**
- **лук репчатый 2 головки**
- **морковь 1 шт.**

1. Тушку курицы нарежьте порционными кусками и уложите на смазанный маслом противень.
2. Майонез смешайте с аджикой и рубленым чесноком, смажьте куски курицы, уложите вокруг крупно нарезанные овощи.
3. Жарьте в духовке до готовности.
4. При подаче гарнируйте маринованными яблоками, солеными огурцами, оформите зеленью.

ТОРТ ПЕЧЕНОЧНЫЙ

на 6 порций

- **печень свиная или куриная 500 г**
- **лук репчатый 1 головка**
- **масло растительное 100 г**
- **майонез 300 г**
- **чеснок 6 зубчиков**
- **молоко 300 г**
- **мука пшеничная 100—200 г**
- **яйца 3 шт.**
- **сахар 1 щепотка**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Лук мелко нарежьте и спассеруйте на части масла.
2. Чеснок пропустите через пресс и соедините с майонезом.
3. Печень пропустите через мясорубку вместе с пассерованным луком, добавьте соль, перец, сахар, молоко, яйца и столько муки, чтобы получилось негустое тесто, затем введите растительное масло, перемешайте.
4. Из теста выпекайте блинчики и укладывайте их друг на друга, смазывая майонезом с чесноком. Охладите.
5. Перед подачей края торта обровняйте, смажьте майонезом, присыпьте рубленой зеленью. Верх торта оформите ломтиками помидора.
6. Чтобы разнообразить вкусовые оттенки этого торта, можно прослаивать его другими начинками: из жареных грибов и лука, из тушеной, квашеной или свежей капусты, пассерованных лука и моркови и т. д.

САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ

на 4 порции

- **грудки куриные копченые 2 шт.**
- **картофель 3 шт.**
- **огурец 1 шт.**
- **крабовые палочки 9 шт.**
- **сыр твердый 100 г**
- **масло растительное 100 г**
- **зелень**

1. Куриные грудки отделите от кожи и костей. Нарежьте тонкими ломтиками.
2. Картофель очистите, нарежьте очень тонкой соломкой, обжарьте в масле, обсушите на салфетке. Огурец и сыр нарежьте толстой соломкой. Крабовые палочки – наискось тонкими ломтиками.
3. Подготовленные ингредиенты выложите отдельными секторами на тарелку, в середину налейте майонез, оформите зеленью.

КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ

1

2

3

на 10 порций

- **курица 1 шт.**
- **мякоть свинины 300 г**
- **шпик 100 г**
- **яйца 2 шт.**
- **шпинат 150 г**
- **морковь 150 г**
- **бульон куриный 1,5 л**
- **мускатный орех молотый 1 щепотка**
- **перец черный молотый, соль**

1. На тушке курицы сделайте продольный надрез вдоль позвоночника, снимите кожу, оставляя слой мякоти толщиной до 0,5 см так, чтобы крылья и голени оставались вместе с кожей.
2. Мякоть птицы и свинину пропустите 2–3 раза через мясорубку вместе со шпиком. Добавьте яичные белки, фарш взбейте, посолите, поперчите, разделите на 3 части: в одну добавьте припущенный и протертый шпинат, в другую – протертую вареную морковь.
3. На кожу выложите поочередно слои фарша, края кожи соедините, сшейте нитками, придайте ей форму целой тушки, расправляя крылышки и ножки.
4. Курицу запекайте при 250 °С до образования румяной корочки, затем нагрев уменьшите и доведите до готовности.
5. Перед подачей разрежьте курицу на порции, гарнируйте овощами и фруктами, оформите зеленью.

КУРИЦА СО СВЕКОЛЬНЫМ ПЮРЕ

на 4 порции

- **курица 1 шт.**
- **капуста брюссельская 600 г**
- **свекла вареная 400 г**
- **корень имбиря тертый 1 ч. ложка**
- **уксус 3%-й 2 ст. ложки**
- **сметана 150 г**
- **лук репчатый 2 шт.**
- **масло сливочное 100 г**
- **масло растительное 2 ст. ложки**
- **лавровый лист 1 шт.**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Курицу разрежьте на порционные куски, обжарьте в смеси растительного и 20 г сливочного масла. Добавьте нарезанный соломкой репчатый лук, лавровый лист, посолите, поперчите и жарьте до готовности.
2. Капусту сварите и заправьте оставшимся сливочным маслом.
3. Свеклу измельчите в блендере до пюреобразного состояния, приправьте уксусом, имбирем, посолите, поперчите, добавьте сметану, перед подачей прогрейте.
4. Перед подачей на каждую тарелку уложите курицу и капусту, оформите зеленью. Свекольное пюре подайте отдельно.

ИНДЕЙКА С АНАНАСОВЫМ СОУСОМ

2

2a

3

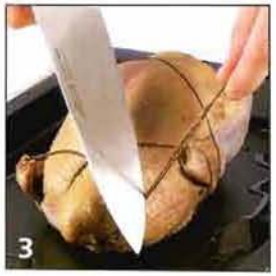
3a

на 6 порций

- **филе индейки 6 шт.**
- **ананас консервированный (кольца) 300 г**
- **сметана 200 г**
- **паприка молотая 1 ч. ложка**
- **корень имбиря молотый 1 ч. ложка**
- **порошок карри ½ ч. ложки**
- **масло растительное 4 ст. ложки**
- **соль**

1. Для маринада масло смешайте с паприкой, имбирем и солью.
2. Смажьте филе маринадом, выдержите в холодильнике 2–3 часа, затем жарьте на гриле до готовности. 6 колец ананаса обжарьте на гриле.
3. Для соуса остальные кольца мелко нарежьте, соедините со сметаной, добавьте карри, соль и измельчите в блендере до консистенции пюре.
4. При подаче уложите на блюдо кольца ананасов, на них – филе. Подлейте соус, оформите зеленью петрушки.

УТКА С ЯБЛОКАМИ



на 10–12 порций

- **утка 1 шт.**
- **яблоки 1,5 кг**
- **перец черный молотый**
- **соль**

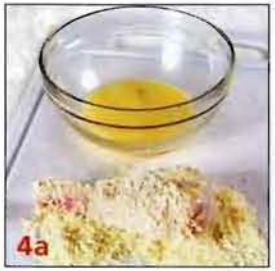
1. У утки отрубите шею, ножки – до коленного сустава и крылышки – по первый сустав.
2. Тушку натрите солью и перцем снаружи и изнутри, начините очищенными от кожицы, нарезанными дольками и посыпанными сахаром яблоками.
3. Перевяжите утку шпагатом так, чтобы были прижаты крылышки и ножки, уложите тушку на противень спинкой вниз и жарьте до образования румяной корочки. Затем подлейте ½ стакана воды и жарьте 1,5–2 часа, поливая вытапливающимся жиром и соком.
4. С жареной утки снимите шпагат, тушку разрубите на куски, вокруг уложите печеные яблоки и оформите зеленью.

ФАРШИРОВАННЫЕ ОКОРОЧКА

1

3

4


4а

на 4 порции

- **окорочка куриные 4 шт.**
- **перец сладкий разного цвета 3 шт.**
- **масло сливочное 2 ст. ложки**
- **яйцо 1 шт.**
- **зелень петрушки, укропа 80 г**
- **хлебные крошки 1 стакан**
- **масло растительное 150 г**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. У окорочков отверните кожу, снимите мякоть с костей и удалите верхнюю косточку, оставив нижнюю.
2. Мякоть пропустите через мясорубку, соедините с мелко нарезанным сладким перцем, рубленой зеленью, солью, перцем, сливочным маслом и перемешайте.
3. Зафаршируйте начинкой кожу окорочков, скрепите деревянными шпажками.
4. Окорочка смочите во взбитом яйце, запанируйте в хлебных крошках и обжарьте на масле до готовности.
5. При подаче гарнируйте маринованными овощами.

НОЖКА КУРИНАЯ В МЕШОЧКЕ

на 2 порции

- **окорочка куриные 2 шт.**
- **тесто слоеное 1 пластина**
- **масло растительное 50 г**
- **брокколи 60 г**
- **грибы жареные 60 г**
- **перец сладкий 60 г**
- **фасоль стручковая 60 г**
- **лук-порей 2 пера**
- **чеснок 1 зубчик**
- **масло сливочное 2 ч. ложки**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. У окорочков сделайте надрез с внутренней стороны вдоль кости бедра и удалите ее по суставу.
2. Куриные окорочка натрите солью, перцем и обжарьте на части растительного масла до готовности.
3. Брокколи разберите на соцветия, фасоль и сладкий перец нарежьте. Обжарьте овощи на оставшемся растительном масле до готовности, приправьте специями и рубленым чесноком.
4. Тесто раскатайте в виде квадрата, смажьте растопленным сливочным маслом, выложите овощи, на них поставьте куриную ножку и соберите края теста вокруг нее.
5. Зеленое перо лука-порея ошпарьте и обвяжите им тесто вокруг ножки. Запекайте до готовности.
6. При подаче оформите зеленью.

БИТОЧКИ «ЛАКОМСТВО»

на 4 порции

- **фарш куриный 320 г**
- **лук репчатый 40 г**
- **масло сливочное 40 г**
- **перец черный молотый**
- **соль**
- **мука пшеничная 1 стакан**
- **яйца 5 шт.**
- **молоко ½ стакана**
- **масло растительное 100 г**

1. Из куриного фарша с добавлением специй и рубленого лука сформуйте шарики, вложив в каждый замороженный кусочек масла. Придайте шарикам форму биточков.
2. Для кляра яйца взбейте с молоком, соедините с мукой и тщательно перемешайте.
3. Запанируйте биточки в муке, обмакните в кляр.
4. Обжарьте в масле. Доведите до готовности в духовке.
5. При подаче гарнируйте жареным картофелем, оформите зеленью.

ШНИЦЕЛЬ «СТОЛИЧНЫЙ»

1

2

3

3а

на 4 порции

- **филе птицы 4 шт.**
- **батон вчерашний 1 шт.**
- **мука пшеничная 2 ст. ложки**
- **яйца 2 шт.**
- **масло растительное 100 г**
- **масло сливочное 40 г**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. С батона срежьте корки, нарежьте мякиш сначала ломтиками, затем соломкой и подсушите на воздухе.
2. Филе птицы слегка отбейте, посолите, поперчите, запанируйте в муке, смочите в яйцах, а потом обваляйте в соломке.
3. Обжаривайте шницель на масле до образования румяной корочки, доведите до готовности в духовке.
4. При подаче на каждый шницель уложите по кусочку сливочного масла, гарнируйте овощами, жареным картофелем, зеленью.

КУРИЦА ТУШЕНАЯ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

на 4 порции

- **курица 1 шт.**
- **бекон 180 г**
- **мука пшеничная 3 ст. ложки**
- **бульон куриный 250 г**
- **шампиньоны 200 г**
- **масло сливочное 1 ст. ложка**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Бекон нарежьте соломкой и обжарьте до золотистого цвета.
2. Курицу разделите на 8 кусков, запанируйте в муке, смешанной с солью и перцем, и обжарьте на жире, выделившемся при жаренье бекона, до образования румяной корочки.
3. Шампиньоны разрежьте на 4 части, потушите в сливочном масле и добавьте к курице.
4. Подлейте куриный бульон, добавьте жареный бекон и тушите до готовности.
5. При подаче выложите на блюдо, гарнируйте жареным картофелем.

КУРИНЫЕ ГРУДКИ ФАРШИРОВАННЫЕ

1

4

5

на 4 порции

- **филе куриные 4 шт.**
- **лук-порей 3 стебля**
- **перец сладкий 2 шт.**
- **масло сливочное 50 г**
- **цедра лайма 1 ч. ложка**
- **бульон куриный 250 г**
- **сливки густые 120 г**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. В толстой части филе сделайте надрез, чтобы получился кармашек.
2. Лук-порей и сладкий перец нарежьте кубиками.
3. На половине нормы масла пассеруйте лук, перец и цедру лайма 15–20 минут, посолите, поперчите.
4. Распределите лук по «кармашкам» и скрепите их деревянными шпажками.
5. Растопите оставшееся сливочное масло и обжарьте филе до образования румяной корочки, добавьте бульон, тушите до готовности.
6. Выньте филе из бульона, уварите его до половины объема, влейте сливки и еще раз уварите, посолите, поперчите.
7. При подаче, вынув шпажки, нарежьте филе ломтиками, уложите их на тарелки, полейте соусом. Оформите кружочками лайма и зеленью.

КУРИЦА ТУШЕНАЯ С РИСОМ

на 4 порции

- **курица 1 шт.**
- **помидоры 400 г**
- **лук репчатый 1 головка**
- **перец сладкий 3 шт.**
- **чеснок 1 зубчик**
- **масло растительное 2 ст. ложки**
- **порошок карри 1 ½ ст. ложки**
- **перец черный молотый**
- **соль**

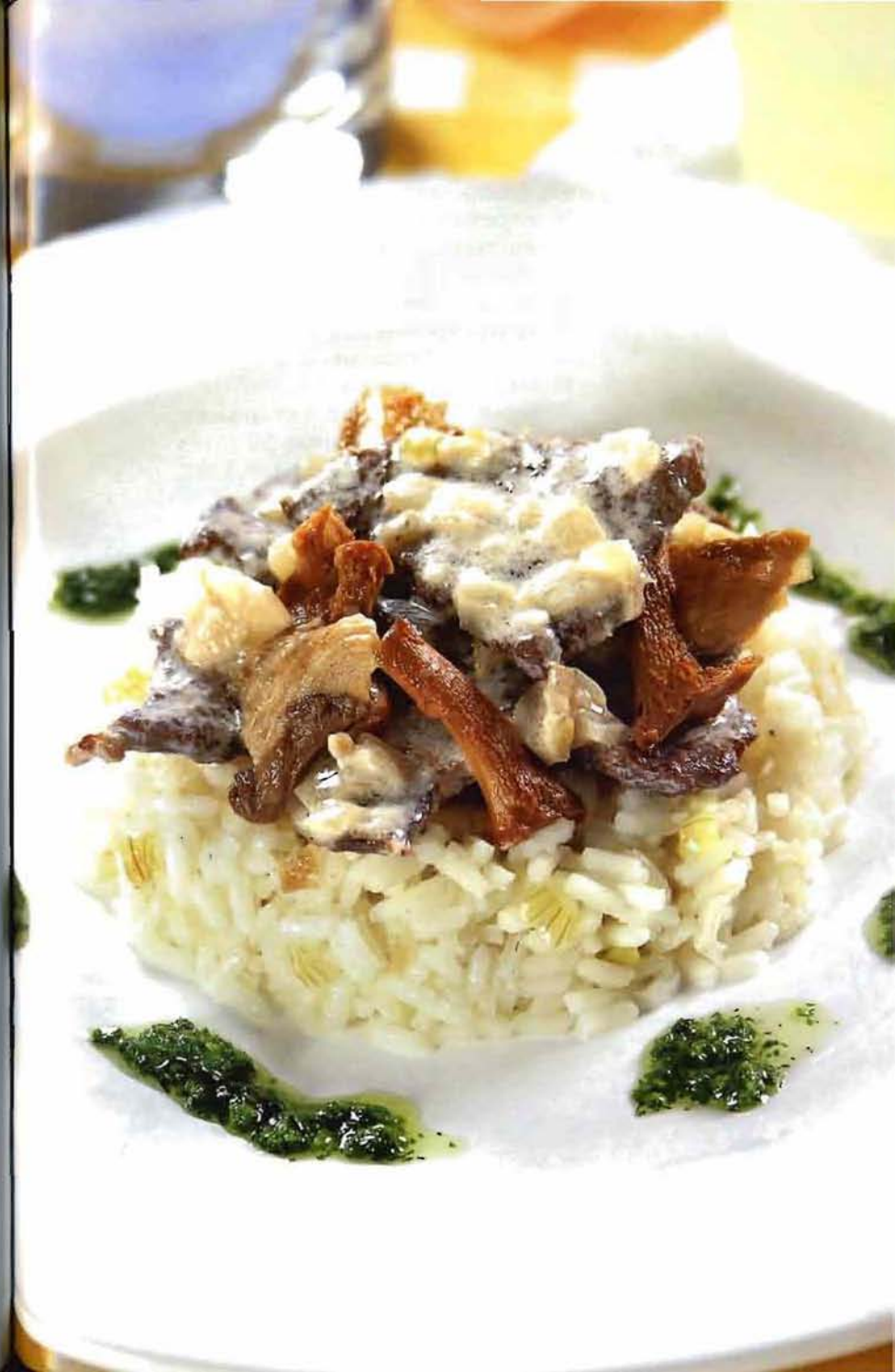
1. Курицу разделите на 4 или 8 кусочков.
2. Лук и чеснок мелко порубите. Сладкий перец нарежьте кубиками. Помидоры ошпарьте, снимите кожицу, мякоть разрежьте пополам и, удалив семена, нарежьте кубиками.
3. Лук, чеснок и перец пассеруйте до готовности. Добавьте карри, помидоры, сладкий перец, влейте 100 г воды, доведите до кипения, посолите, поперчите.
4. Уложите в соус кусочки курицы и тушите в духовке до готовности.
5. Подавайте с отварным рисом, оформив зеленью.

ТЕЛЯТИНА С РИСОМ И ГРИБАМИ

на 4 порции

- **мякоть телятины 500 г**
- **рис 200 г**
- **лисички 200 г**
- **вешенки 200 г**
- **лук репчатый 2 головки**
- **сметана 100 г**
- **бульон 1,5 л**
- **зелень петрушки 2 пучка**
- **чеснок 1 зубчик**
- **масло растительное 50 г**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Одну луковицу мелко нарежьте, обжарьте, положите в кипящий бульон, добавьте рис и варите его до готовности. Затем рис откиньте на сито.
2. Телятину нарежьте небольшими кусочками, жарьте с оставшимся мелко нарезанным луком до готовности, посолите.
3. Петрушку ошпарьте, измельчите в блендере, добавив рубленый чеснок, соль, перец и растительное масло.
4. Грибы мелко нарежьте, обжарьте, добавьте мясо, тушите 10 минут, залейте сметаной.
5. При подаче рис выложите на блюдо, сверху уложите телятину с грибами и соус из петрушки.



СВИНАЯ КОРЕЙКА ПОД СОУСОМ

на 4 порции

- **корейка свиная 800 г**
- **листья капусты 8 шт.**
- **грибы 250 г**
- **лук репчатый 100 г**
- **крупа гречневая 200 г**
- **клюква 1 стакан**
- **мед 1 ст. ложка**
- **мука пшеничная 1 ст. ложка**
- **масло растительное 50 г**
- **перец сладкий желтый 1 шт.**
- **чеснок 4 зубчика**
- **перец черный молотый, соль**

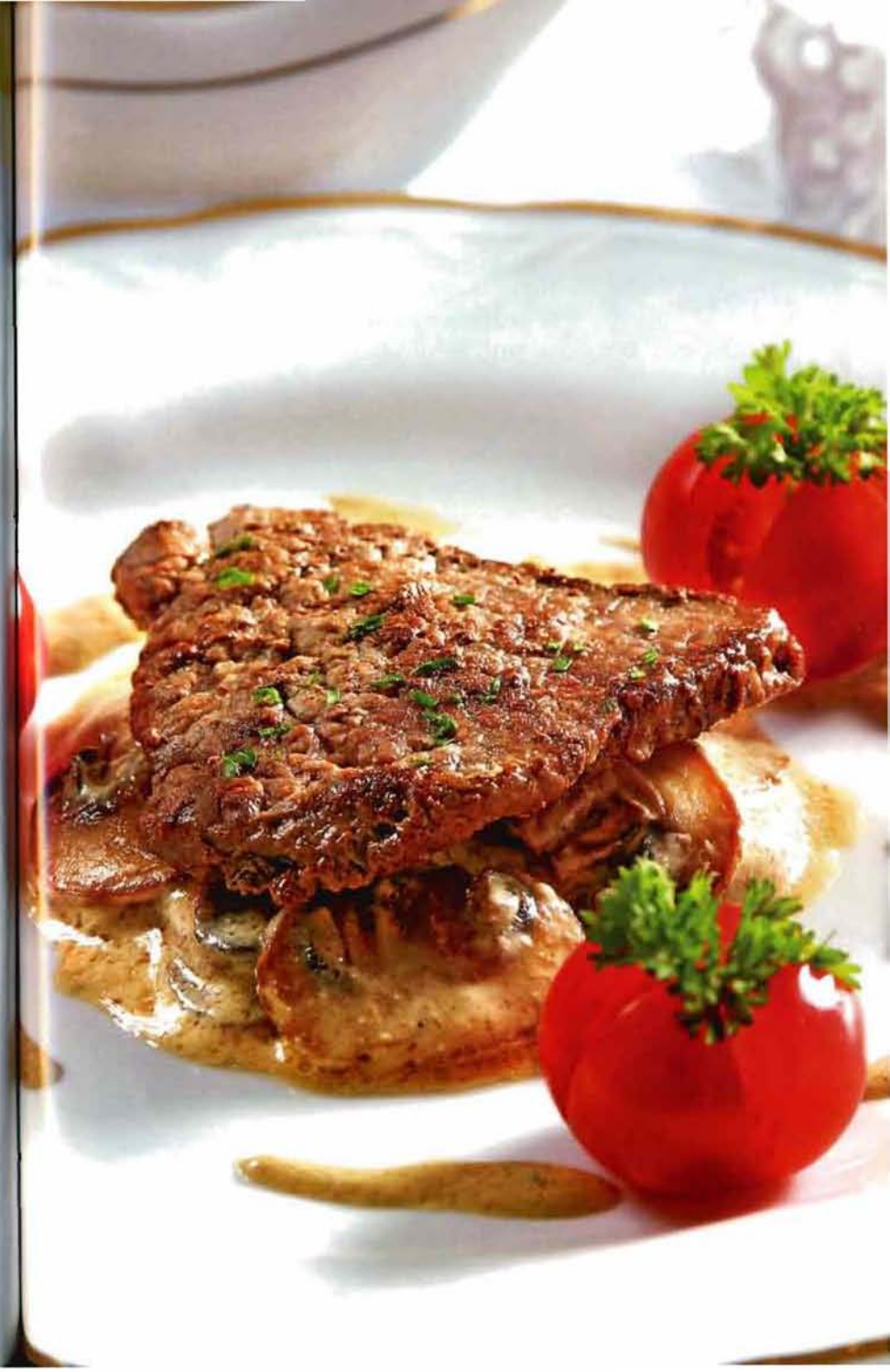
1. Корейку натрите перцем, солью и чесноком. Обжарьте на сковороде и доведите до готовности в духовке.
2. Капустные листья отварите и слегка отбейте черешки. Лук мелко нашинкуйте и спассеруйте. Грибы нарежьте ломтиками и обжарьте.
3. Из гречневой крупы сварите рассыпчатую кашу.
4. Готовую кашу, грибы и лук перемешайте, уложите на капустные листья и сверните их конвертиками, слегка обжарьте.
5. Из ½ стакана клюквы отожмите сок и разведите им муку. Выжимки и оставшуюся клюкву залейте стаканом кипятка, уварите, протрите через сито. Затем положите мед, доведите смесь до кипения, добавьте муку с соком, посолите по вкусу и варите соус до киселеобразного состояния.
6. Перец испеките, снимите кожицу, мякоть протрите, посолите, поперчите. Добавьте в соус.
7. При подаче корейку нарежьте на порции, гарнируйте капустными «конвертиками», подлейте соус. Оформите зеленью.

ГОВЯДИНА С ПЕРЦЕМ И ГРИБАМИ

на 4 порции

- **мякоть говядины 800 г**
- **шампиньоны 200 г**
- **масло растительное 3 ст. ложки**
- **масло сливочное 3 ст. ложки**
- **коньяк 2 ст. ложки**
- **сметана 150 г**
- **перец черный крупносмолотый 2 ст. ложки**
- **соль**

1. Говядину нарежьте порционными кусками, слегка отбейте. Натрите каждый кусок перцем.
2. Разогрейте по ложке растительного и сливочного масла и обжарьте нарезанные ломтиками грибы до золотистого цвета. Грибы переложите в другую посуду.
3. В сковороду добавьте оставшееся масло, разогрейте его, положите мясо и жарьте до готовности.
4. Переложите мясо в другую посуду, слейте со сковороды жидкость, налейте коньяк, доведите его до кипения, добавьте сметану и кипятите 1 минуту. Затем положите грибы и доведите соус до готовности.
5. При подаче мясо полейте соусом, оформите зеленью, гарнируйте помидорами.



СВИНИНА ПОД ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ

1

2

3

3а

на 4 порции

- **корейка свиная без косточки 900 г**
- **тимьян**
- **перец черный молотый**
- **соль**
- **яблоки 2 шт.**
- **лук репчатый 1 головка**
- **масло сливочное 20 г**
- **сметана 150 г**
- **горчица 1 ст. ложка**
- **соус хрен со сметаной 1 ст. ложка**

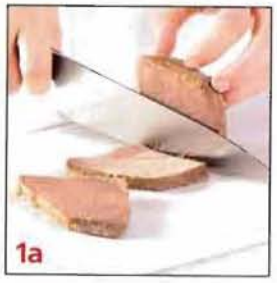
1. Натрите мясо специями и жарьте в духовке до готовности.
2. Лук нарежьте полукольцами, яблоки, очистив от кожицы и семян, мелко нарежьте.
3. Растопите сливочное масло, спассеруйте на нем лук и яблоки до готовности, слегка остудите их и измельчите в блендере. Добавьте соль, сметану, перец, горчицу, хрен и перемешайте.
4. Готовую свинину нарежьте ломтиками, гарнируйте зеленью и яблоками. Отдельно подайте горячий соус.

МЯСО ПО-МОСКОВСКИ

1

на 2 порции

- **мякоть говядины 300 г**
- **майонез 200 г**
- **лук репчатый 100 г**
- **сыр твердый 70 г**
- **маргарин 50 г**
- **лавровый лист 1 шт.**
- **перец черный горошком**
- **соль**


1а

1. Говядину сварите с добавлением специй в небольшом количестве подсоленной воды. Слегка охладите в бульоне, выньте, нарежьте поперек волокон на порции и выложите на смазанный маслом противень.
2. Сверху разложите пассерованный на маргарине лук, нарезанный ломтиками сыр, залейте мясо майонезом и запекайте 5–8 минут до образования румяной корочки.
3. Можно подать мясо со сложным гарниром, жареным картофелем, со свежими или солеными овощами.

2

МЯСНОЙ РУЛЕТ С ГРИБАМИ

на 6 порций

- **фарш мясной 600 г**
- **майонез 100 г**
- **яйца 2 шт.**
- **грибы 250 г**
- **лук репчатый 3 головки**
- **масло сливочное 3 ст. ложки**
- **сухари пшеничные 2 ст. ложки**
- **зелень петрушки и укропа рубленая 2 ст. ложки**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Фарш смешайте с яйцами, солью, перцем, перемешайте.
2. Грибы нарежьте ломтиками и обжарьте вместе с мелко нарезанным луком. Добавьте в массу сухари, зелень, перемешайте.
3. На мясной фарш уложите грибной, сформуйте рулет и выложите его на смазанный маслом противень.
4. Запеките в духовке. За несколько минут до готовности полейте рулет майонезом и запеките до образования золотистой корочки.
5. Подавайте, нарезав на порции, оформите зеленью.

БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ФОЛЬГЕ

на 3 порции

- **отбивные из барашка 6 шт.**
- **лук репчатый 2 головки**
- **чеснок 2 зубчика**
- **базилик рубленый 2 ст. ложки**
- **зелень петрушки рубленая 2 ст. ложки**
- **картофель вареный 3 шт.**
- **масло растительное 1 ч. ложка**
- **масло сливочное 1 ч. ложка**

1. Картофель нарежьте кружочками.
2. 3 больших квадрата фольги смажьте маслом.
3. Смешайте рубленый чеснок, зелень, соль и перец.
4. Отбивные обжарьте на смеси масел до образования коричневой корочки.
5. На фольгу уложите слой картофеля, на него по две отбивные, затем слой лука, посыпьте чесночной смесью, заверните фольгу и запекайте в духовке до готовности.

ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ

1

2

3

на 8 порций

- **печень говяжья 1 кг**
- **рис отварной 400 г**
- **лук репчатый 300 г**
- **масло растительное 200 г**
- **яйца 2 шт.**
- **сметана 200 г**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Печень пропустите через мясорубку. Лук мелко нашинкуйте, обжарьте.
2. Печень, лук, рис и яйца соедините, заправьте солью, перцем, перемешайте.
3. Жарьте оладьи на масле до образования румяной корочки.
4. Подавайте со сметаной и зеленью.

СВИНИНА ГЛАЗИРОВАННАЯ

на 6 порций

- **свинина (грудинка или корейка) 2 кг**
- **джем абрикосовый ½ стакана**
- **соус соевый ½ стакана**
- **кетчуп ½ стакана**

1. Свинину обжарьте куском, затем влейте стакан воды и тушите 45 минут под крышкой.
2. Для глазури перемешайте джем, соевый соус, кетчуп и несколько ложек воды.
3. Переложите мясо на противень или на решетку гриля и обжаривайте на умеренном огне 20 минут, переворачивая и периодически смазывая глазурью.
4. Подавайте, нарезав порционными кусками, с маринованными фруктами и ягодами.

КОТЛЕТЫ С «СЕКРЕТОМ»

1

2

2а

на 4 порции

- **мякоть телятины 600 г**
- **ветчина 100 г**
- **яйца вареные 2 шт.**
- **сливки 4 ст. ложки**
- **масло сливочное 2 ст. ложки**
- **сок лимонный 4 ч. ложки**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Телятину нарежьте порционными кусками, отбейте, посолите, поперчите, сбрызните лимонным соком.
2. На каждый кусок мяса положите по ломтику ветчины и половинке яйца. Сверните мясо рулетом и перевяжите ниткой.
3. Жарьте котлеты на масле 10 минут, добавьте сливки и тушите под крышкой еще 5–7 минут.
4. Подавайте с отварным рисом, оформив зеленью.

СВИНЫЕ ОТБИВНЫЕ С КАПУСТОЙ

1

2

4

4а

на 4 порции

- **отбивные из свинины 4 шт.**
- **бекон 4 ломтика**
- **чеснок 1 зубчик**
- **капуста квашеная 500 г**
- **ягоды можжевельника 1 ч. ложка**
- **перец черный горошком 1 ч. ложка**
- **бульон куриный 200 г**
- **мука пшеничная 2 ст. ложки**
- **сахар 1 щепотка**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Бекон нарежьте кусочками и слегка подрумяньте на сковороде, затем переложите в форму.
2. Отбивные запанируйте в смеси муки с солью и перцем, обжарьте до образования румяной корочки.
3. Чеснок измельчите и слегка обжарьте. Добавьте квашеную капусту, можжевельник, перец горошком, немного сахара.
4. Переложите в жаропрочную форму капусту, перемешайте с беконом. Сверху положите отбивные, полейте куриным бульоном, поставьте в духовку, доведите до готовности.
5. Подавайте в форме, оформив зеленью.

ПОЧКИ С КАРТОФЕЛЕМ

1

2

3

на 4 порции

- **почки говяжьи 500 г**
- **картофель 5 шт.**
- **яйцо 1 шт.**
- **масло сливочное 100 г**
- **сухари молотые 2 ст. ложки**
- **сыр твердый тертый 2 ст. ложки**
- **грибы жареные 100 г**
- **мускатный орех молотый 1 щепотка**
- **перец черный молотый**
- **соль**

1. Почки вымочите в течение 3 часов в холодной воде. Залейте свежей водой, доведите ее до кипения. Затем воду слейте, почки промойте, залейте горячей водой и варите 1 час.
2. Картофель сварите в подсоленной воде, протрите горячим, добавьте яйцо, соль, перец, мускатный орех, 50 г масла, перемешайте.
3. Выложите половину картофельной массы в смазанную маслом форму. Положите сверху жареные грибы, нарезанные ломтиками почки, накройте оставшейся картофельной массой, посыпьте тертым сыром, смешанным с сухарями, полейте оставшимся растопленным маслом. Запекайте в духовке до образования румяной корочки.
4. При подаче оформите зеленью. Отдельно подайте сметану.

САЛАТ С ВЕТЧИНОЙ

1

1а

2

2а

на 4 порции

- **ветчина 240 г**
- **сыр твердый 100 г**
- **перец сладкий разного цвета 120 г**
- **огурцы 100 г**
- **майонез 80 г**
- **соус ткемали 4 ч. ложки**
- **листья салата 4 шт.**

1. Ветчину нарежьте соломкой, сыр натрите на крупной терке, перемешайте, заправьте майонезом, смешанным с соусом ткемали.
2. Сладкий перец нарежьте мелкими кубиками.
   Огурцы нарежьте кружочками или ломтиками.
3. При подаче на середину блюда выложите ветчину с сыром, посыпьте вокруг кубиками перца и уложите ломтики или кружочки огурцов.
   Оформите листьями салата.

САЛАТ МЯСНОЙ

на 4 порции

- **говядина отварная 400 г**
- **перец сладкий зеленый 1 шт.**
- **перец чили красный 2 шт.**
- **морковь 2 шт.**
- **чеснок 2 зубчика**
- **корень имбиря 2 см**
- **соус соевый 2 ст. ложки**
- **соус остро-сладкий 2 ст. ложки**
- **уксус винный белый 2 ст. ложки**
- **масло растительное 4 ст. ложки**
- **зелень петрушки**

1. Мясо, сладкий перец, морковь, перец чили нарежьте соломкой.
2. Соевый соус смешайте с острым соусом, растительным маслом и уксусом.
3. Измельчите имбирь и чеснок. Подготовленные ингредиенты соедините и перемешайте, затем на 1 час поставьте в холодильник.
4. При подаче оформите зеленью.

СТУДЕНЬ ГОВЯЖИЙ

на 4 порции

- **говядина (котлетное мясо, шея, голяшки) 400 г**
- **ноги, головы говяжьи 800 г**
- **желатин 40 г**
- **морковь 40 г**
- **корень петрушки 30 г**
- **лук репчатый 40 г**
- **чеснок 5 зубчиков**
- **лавровый лист, перец черный горошком по 0,5 г**
- **соль**

1. Обработанные субпродукты нарубите, промойте, залейте холодной водой (из расчета на 1 кг продукта 2 л воды) и варите 4–5 часов, снимая пену и жир. Затем подготовленное и промытое мясо добавьте к субпродуктам и варите еще 3–4 часа.
2. За 1 час до окончания варки положите овощи и специи. Сваренное мясо и субпродукты выньте из бульона, освободите от костей, хрящей и сухожилий, мелко порубите или пропустите через мясорубку.
3. Соедините с процеженным бульоном, посолите, варите 20–30 минут, добавьте замоченный и набухший желатин, доведите до кипения, добавьте растертый чеснок, разлейте в формы и охладите.
4. Подайте с маринованными овощами, соусом хрен или горчицей, оформите зеленью.

СОДЕРЖАНИЕ

Рулетики «Ассорти» из птицы 4
Курица жареная 6
Торт печеночный 8
Салат из курицы 10
Курица фаршированная 12
Курица со свекольным пюре 14
Индейка с ананасовым соусом 16
Утка с яблоками 18
Фаршированные окорочка 20
Ножка куриная в мешочке 22
Биточки «Лакомство» 24
Шницель «Столичный» 26
Курица тушеная по-деревенски 28
Куриные грудки фаршированные 30
Курица тушеная с рисом 32
Телятина с рисом и грибами 34
Свиная корейка под соусом 36
Говядина с перцем и грибами 38
Свинина под яблочным соусом 40
Мясо по-московски 42
Мясной рулет с грибами 44
Баранина, запеченная в фольге 46
Оладьи из печени 48
Свинина глазированная 50
Котлеты с «секретом» 52
Свиные отбивные с капустой 54
Почки с картофелем 56
Салат с ветчиной 58
Салат мясной 60
Студень говяжий 62